



Wie de senioren heeft.....

Ga er eens voor zitten; neem onderstaande column eens goed in je op en laat dan je fantasie de vrije loop. Uit recent onderzoek komt namelijk naar voren dat er steeds meer welvarende ouderen bijkomen. Op zich niks nieuws, maar de getallen spreken boekdelen. Deze doelgroep heeft inmiddels grotere huizen en viert met grote regelmaat duurdere vakantie dan hun eigen kinderen. Dat is wel eens anders geweest. Het blijkt dat de toekomstige senioren (baby-boomers) tot de meest bemiddelde ooit zullen behoren. Schrik niet van de wederom snel wijzigende cijfers. Het aantal mensen van 65 jaar en ouder groeit tot 2030 met 70 procent tot 4,2 miljoen (25,7 procent van het aantal huishoudens). Daarbij beschouwen mensen van boven de 65 jaar 60 uur in de week als 'vrije tijd.' Nou, daar kunnen we met z'n allen wel wat mee, denk ik. Jammer dat we, en het moet maar eens gezegd, daar zo truttig mee omgaan. Ik ben nog nooit, 'mark my words', nog nooit, eens een boeiend, uitdagend of volledig op de doelgroep afgestemd trainings- of begeleidingsprogramma of concept tegengekomen. En kom niet aan met Slender you of Moves training. Ik heb het over uitdaging, inspelen op wat er leeft, kan en niet onbelangrijk: wat er gevraagd wordt door de doelgroep.

Terug naar het onderzoek: waar komt die enorme welstand nu vandaan? De eerste

redenen daarvan is statistisch: de oudste generaties, waarvan inkomen en vermogen minder groot zijn, overlijden. Dit verhoogt het gemiddelde inkomen en vermogen van alle ouderen. De generaties die instromen, dragen bovendien bij aan de gemiddelde welstand. Oorzaken zijn hoger opgeleid, meer loon en vaker langer doorwerken. Daarnaast is de arbeidsdeelname van vrouwen gestegen, die op hun beurt ook weer een eigen pensioen hebben opgebouwd. Tel daarbij de spaarrekening en het huisbezit met de prijsstijging van de afgelopen jaren daarbij op en zie: hoe ouder, hoe rijker.

Nu is het voor fitness professionals van belang om te weten waar die 'vrije tijd' momenteel aan besteed wordt. Het blijkt dat deze ouderen 1,7 uur in de week in de sportbranche aanwezig zijn. Sport bestaat dan o.a. uit wandelen, fietsen tennis of fitness. Bijna een kwart (23%) van de 65-plussers nog zou meer vrije tijd willen, en geeft aan niet toe te komen aan alles wat ze zouden willen. Dat ze veel willen, is een feit en lijkt zowaar op de week besteding van een gemiddelde dertiger of veertiger! Over fit gesproken. Maar laat ik mij bij de 65-plusser houden en in deze beperken tot sport en bewegen. Daar kan volgens de fitte oudere nog graag 12 uur, ja, twáálf uur, per week meer bij. Nou, zet open die deur en kom met een doelgericht plan, marketing, uit-

werking, opleiding, invulling en evaluatie. Kom met deze doelgroep los van bewegingsbank, geïsoleerde ruimtes en apparatuur en kijk eens echt naar de echte fitte oudere. Stel een groep verzamelde ouderen, wel en geen sporters, eens de vraag wat ze willen of wat ze van je plannen vinden. Maak ze een comité van aanbeveling nodig ze elk kwartaal uit in je overleg. Doe je voordeel met hun gevoel, informatie en (levens-)ervaring. Als je je werk en eigen zaak serieus neemt moet je je doelgroep ook serieus nemen en niet alleen maar insteken op overgewaaide Amerikaans concepten, modellen en apparaten.. We werken toch met mensen? Inmiddels heeft de oudere, naast de jongere, de toekomst, tijd en zin. En 't is nog geen lang 2030....

Tekst: Rutger Simons
Is mede-oprichter van en PT-er bij
ViveActive Personal Training